

11. bis 17. August 2022

Focusing ist ein leicht zu erlernender Zugang zu sich selbst und kann

- als Methode zur Selbsthilfe, Selbstklärung und Entscheidungsfindung
- als Lösungshilfe für die Bewältigung jeder Art von persönlichen, beziehungs begründeten oder organisatorischen Problemen
- zur Unterstützung und Vertiefung für psychotherapeutische Prozesse
- als unterstützende Methode in der Beratung, in der Supervision und im Coaching eingesetzt werden.

Die Focusing Wochen Achberg sind seit über drei Jahrzehnten ein

alljährlicher Treffpunkt für Focusing-interessierte Menschen aus Deutschland, der Schweiz, Österreich und den Niederlanden. Focusing ist eine von G. GENDLIN entwickelte Methode, sich mit Achtsamkeit und Wertschätzung dem inneren körperlichen Erleben zuzuwenden und dessen Bedeutungsreichtum zu öffnen.

Weitere Informationen finden Sie unter
www.focusing-netzwerk.de

Wir freuen uns darauf, Sie auf dem Achberg (wieder) zu begrüßen.

Teil 1: Auftaktseminar:

Donnerstag, 11.08. bis Samstag, 13.08.2022

Beginn: Donnerstag, 18:00 Uhr mit dem Abendessen Ende: Samstag, 13:00 Uhr mit dem Mittagessen

Prä-Therapie: Halt anbieten bei Kontaktverlust - Wenn Beziehungsgeschehen und Kommunizieren „schwierig“ sind - radikal personenzentriert zurück zu den Wurzeln mit unserem Gastreferenten Dion van Werde aus Belgien

Die Theorie und Praxis der Prä-Therapie wurde von Dr. Garry Prouty (1936-2009) entwickelt, mit dem Dion eng zusammen arbeitete. Dieser Ansatz wird hier vorgestellt und die Bezüge zu Carl Rogers und Gene Gendlin herausgearbeitet. Prouty entwickelte mit der Prä-Therapie also eine Methode, mit der beeinträchtigte Kontaktfunktionen von Menschen wiederhergestellt werden können. Laut Prouty tragen Symptome in sich den Schlüssel zu Beziehung und Gefühlen, zu Verstehen und Bedeutung. Die Teilnehmer:innen erfahren durch Vorführungen und Rollenspiele, wie mit Prä-Therapie der Kontakt bzw. die Kontaktfähigkeit wieder erweitert werden kann und erleben so eine äußerst zarte Art des Empathisch-seins für die individuelle Art, wie die Klient:in im Leben steht (z.B. belastet durch Dissoziationen oder reaktive Traumata). Ziel ist es, Prä-Therapie als eine Bereicherung für die alltägliche therapeutische und beraterische Arbeit kennenzulernen – unabhängig davon, ob man wie Prouty auch, mit stark im Kontakt beeinträchtigten, akut psychotischen oder Menschen mit geistigen Handicaps arbeitet oder Angehörig:e ist.

Unser Gastreferent Dion van Werde begeistert uns u.a. durch die Lebendigkeit und Kreativität seines Auftretens



und Vermitteln. Er ist M.A. Psychologe, Gesprächspsychotherapeut und belgischer Klinischer Psychologe mit Schwerpunkt in Person-Centered Experiential Psychotherapy. Seine Ausbildung in Prä-Therapie hat er bei Garry Prouty in Chicago (USA) absolviert. Auch hat er

während dieser Periode mit Gendlin einen gemeinsamen Artikel über Traumarbeit veröffentlicht.

Er ist Begründer, Trainer und Koordinator des "Pre-Therapy International Network". Er hat mehrere Werke zu Prä-Therapie veröffentlicht (siehe unter "references" bei www.pre-therapy.com) und ist freiberuflich als internationaler Dozent und Supervisor mit Vorträgen und Workshops bekannt. Er lebt und arbeitet jetzt in Deutschland.

Voraussetzungen: keine; dies ist ein Einführungsworkshop mit Selbsterfahrungscharakter

Teil 2: Ausbildungs- und Themenworkshops (alle parallel zeitgleich)

Samstag, 13.08. bis Mittwoch, 17.08.2022

Beginn: Samstag, 18:00 Uhr mit dem Abendessen

Ende: Mittwoch, 13:00 Uhr mit dem Mittagessen

Ausbildungsseminar: Focusing I

- Einführungs- und Grundlagenseminar

mit Florian Christensen und Achim Grube

Focusing ist ein Zugang zu unserem noch nicht gewussten inneren Erleben. Die meisten Menschen kennen körperlich vage und unscharfe Empfindungen. Sie begleiten unser Erleben bei persönlich wichtigen Fragen und Problemen aber auch in alltäglichen Situationen. Im Focusing wenden wir uns dieser inneren Welt - für die wir noch keine Worte haben - in achtsamer und interessierter Weise zu. Indem wir den körperlich gespürten Ahnungen folgen, beginnt ein Verstehensprozess, der über das Gedachte und auch über die schon bekannten Gefühle hinausgeht. Wir finden neue stimmigere Perspektiven und

eine bessere Verbindung zu uns selbst; die eigenen Freiheitsgrade werden erhöht. Das Grundlagenseminar ist für alle Interessierten offen, die Focusing kennen lernen oder frühere Erfahrungen auffrischen möchten – gleich ob persönlich oder beruflich motiviert. Ausgehend von eigenen kleinen Themen können Sie die Wirkweise des Focusing in sich erfahren. Im Zweiersetting können erste Schritte im Focusingbegleiten erkundet werden und kleine erlebensbezogene Theorieeinheiten schaffen zusätzlich ein grundlegendes Verständnis des Prozessgeschehens.

Voraussetzungen: Neugier

Ausbildungsseminar: Focusing II

- Aufbau-Seminar und Begleiten lernen

mit Astrid Bansen und Lothar Kammer

Sie haben erste Erfahrungen mit Focusing gemacht und möchten nun wissen, wie die Begleitung des Prozesses von anderen und durch andere aussehen kann? Dieses Seminar bietet Ihnen die Gelegenheit, vertiefende Begriffe und Methoden aus dem Focusing zu erlernen und anzuwenden. Das Einüben der wechselseitigen Begleitung wird im Mittelpunkt der gemeinsamen Seminararbeit stehen. Im partnerschaftlichen Focusing können Sie die unterschiedlichen Techniken der Begleitung, wie zum Beispiel das Saying Back und das Fragenstellen, praktisch ausprobieren. Sie lernen dabei kennen, welche unterschied-

lichen Erlebenszugänge zum Felt Sense möglich sind und wie der Umgang mit Engstellen und kritischen Stimmen im Focusing-Prozess gelingen kann. Begleitend und unterstützend werden hierzu individuelle Wege zur körperlichen Präsenz und zum persönlichen Freiraum aufgezeigt und eingeübt. Im Seminar erleben Sie Focusing im Wechsel von Theorie und Praxis (in eigenen Focusing-Prozessen) und sind danach in der Lage, partnerschaftliches Focusing in seinen Grundzügen selbstständig anzuwenden.

Voraussetzungen: Nachweis der Teilnahme am Modul Focusing I oder der abgeschlossenen GFK - Basisausbildung

Themenworkshops (13. - 17.08.2022)

Family Body

mit Thomas Franke und Antje Sommer-Schlögl

Unser Erleben, Fühlen und Handeln, unser Verarbeiten und Steckenbleiben in bestimmten Lebenssituationen ist zum großen Teil von Mustern beeinflusst, die wir schon früh in unseren Herkunftsfamilien kennengelernt, ausgeformt und beibehalten haben. In unseren Körpern gespeichert, veranlassen uns diese Muster, in dieser eigenen Art zu empfinden und zu reagieren, oft auch, wenn es „eigentlich“ angemessener, mitunter weniger schmerzhaft, „erwachsener“ Bewältigungsmöglichkeiten gibt. Diesem Erbe wollen wir in diesen Tagen nachgehen und es uns ermöglichen, in der Gruppe einzelne, vielleicht bedeutsame Familienszenen neu zu beleben und in einer Skulptur

aufzustellen. Mit Hilfe der Gruppe können wir entdecken, welche Vor- und Nachteile es hatte, in dieser Familie aufzuwachsen und welche Muster bis heute prägend sind. In einem weiteren Schritt wollen wir mit Hilfe von Focusing unsere Wachstumsrichtung körperlich erspüren sowie neue Haltungen und Handlungen ausprobieren, welche aus einem möglicherweise schon lange belastenden Aspekt unseres Familienskripts heraus führen und Neues lebendig werden lassen.

Voraussetzungen: Eine Bereitschaft, sich auf sich selbst einzulassen, Vorerfahrungen mit Focusing sind nicht erforderlich

Anmeldung unter: www.focusing-netzwerk.de

Das Lebendigste ist in uns selbst zu Hause

mit Silvia Boorsma

Der kluge Kopf, mit Wissen begabt und allzeit aktiv - und doch sagt er uns nicht, worauf es wirklich ankommt im Leben. Manchmal ist er sogar hinderlich auf dem Weg, sich und den eigenen Bedürfnissen nahe zu kommen. Wandel, Veränderung, Herausforderungen, Überraschendes: Immer wieder sind wir gefragt inne zu halten, Orientierung zu finden, authentisch zu werden. **Gelingt es, den Verstand mit dem Lebendigen in uns zu verheiraten** (wie es Gerald Hüther so schön

ausdrückt...), dann erschließen sich neue Gebiete, an denen wir mit ganzem Herzen beteiligt sind. In Focusing-Haltung begegnen wir inspirierenden Texten und in einer Vielzahl kreativer Ausdrucksmöglichkeiten nähern wir uns der eigenen Stimmigkeit im großen Ganzen.

Voraussetzungen: Focusing-Begleiterfahrung, Offenheit für kreative Prozesse

Im Vertrauten steckt immer schon das Neue - Selbsterfahrung mit erlebensbezogener Konzeptentwicklung

mit Regina Jürgens und Monika Lindner

In diesem Kurs erfahren Sie, was es bedeutet, in die Weite des eigenen Erlebens einzutauchen und ein Thema, eine Frage, ein Projekt erlebensbezogen weiter zu denken. Der Prozess folgt den 14 Schritten der philosophischen Praxis Thinking at the Edge (TAE), d.h. denken, wo Worte noch fehlen. Zu einem gewählten Thema, beispielsweise dem Aufbau einer eigenen Homepage, einer beruflichen oder privaten Veränderung oder der eigenen Haltung zu einer Aufgabe oder Rolle, wird ein Denkprozess am Rande des noch Unklaren angeleitet und weiterentwickelt. So können Sie das Neue, um das es Ihnen geht, in

immer stimmigere Worte fassen, mit Details anreichern und schließlich ein fundiertes Konzept formulieren, das als stabile Referenz für Handlungsschritte dient. In der Anwendung der einzelnen Denkschritte begleiten sich die Teilnehmenden wechselseitig in Listening-Partnerschaften. Mit Qigong bringen wir Bewegung in die Körpermitte. Der Kurs macht mit den Grundbegriffen des personenzentrierten und experientialen Ansatzes vertraut und kann fortgesetzt werden.

Voraussetzungen: keine

Poolprogramm und Ferientage im Humboldt-Haus

Parallel zu den Veranstaltungen findet das Poolprogramm statt. Dies ist eine Möglichkeit, ein Seminar zu verdauen oder sich auf ein weiteres vorzubereiten, sich endlich einem eigenen Projekt in Ruhe widmen zu können, sich mit jemandem zum partnerschaftlichen Focusing zu treffen... oder einfach ein paar Tage auszuspannen. Die Anwesenden organisieren sich selbst; es gibt keine Leitung, keine Vorgaben... vielmehr die spannende Erfahrung, Eigenem nachzugehen und trotzdem dabei zu sein. Dabei lässt sich von der Atmosphäre profitieren, die von den Seminaren ausgeht - vielleicht lässt sich auch selbst etwas dazu beitragen. Auch für Partner:innen und Kinder von Seminarteilnehmer:innen ist das Poolprogramm eine gute Möglichkeit, die Fortbildungszeit mit gemeinsamer Ferienzeit zu verbinden.

Das Humboldt-Haus eignet sich mit seinen Campingmöglichkeiten, dem Swimmingpool und der Sonnenterrasse gut als Ausgangspunkt für Unternehmungen im hügeligen Umland (Lindau, Bootsfahrt in die Schweiz, Zeppelinmuseum, Kletterhalle im Ort etc.). Morgens wird zur Teilnahme wahlweise Stilles Sitzen, Qigong und Yoga für alle offen angeboten. Außerdem besteht die Möglichkeit vor Ort Massage-Sitzungen (Aroma, Osho etc.) zu buchen, die das Wohlbefinden komplettieren. Eingeladen sind alle, die einen inneren Faden zu den Focusing-Wochen haben. Das Poolprogramm kostet nichts außer Unterkunft und Verpflegung, daher bitte beim Haus anmelden. Wollen Sie sich ein Bild machen? Dann schauen sie auf die WebSite:

www.humboldt-haus.de



Anmeldung unter: www.focusing-netzwerk.de

→ Mitarbeiter:innen

Astrid Bansen	Lehrerin, Personenzentrierte Beratung (GwG), Supervision (IACC), D - Hildesheim
Silvia Boorsma	Malerin u. Dipl. Kunsttherapeutin, CH – Basel / Arlesheim
Florian Christensen	Dipl. Personenzentrierter Berater und Ausbilder PCA/SGfB, Erwachsenenbildner MAS, CH - Winterthur
Thomas Franke	Dipl. Psych., PP & KJP, D - Bad Schwalbach
Achim Grube	Dipl.-Päd., Gesprächs- und Traumatherapeut HP (Psych.), Brainspottingssupervisor, D - Peine
Regina Jürgens	Dipl. Soz., Personenzentrierte Beraterin und Ausbilderin, EC-Coach GwG, D – Bielefeld
Lothar Kammer	Supervisor, Coach, Mediator, D – Wyk auf Föhr
Monika Lindner	Dipl. Päd., EC-Coach/Trainerin/Kursleiterin (GwG), Trainee Foc. Trainer, D – Augsburg
Antje Sommer-Schlögl	M.A. Päd./Psych., Achtsamkeit in der Natur, Focusingtherapie, EMDR, Sexualberatung, HP (Psych.), D – München
Dion van Werde	M.A. Psychologe, Gesprächspsychotherapeut und belgischer Klinischer Psychologe, Begründer, Trainer und Koordinator des “Pre-Therapy International Network”

→ Anmeldeschluss ist der 25. Juli 2022

Nach diesem Datum ist eine Rückerstattung nicht möglich, es sei denn, Sie können eine(n) Ersatzteilnehmer:in stellen. Auf Anfrage ist auch eine spätere Anmeldung noch möglich.

→ Preise

Teil 1 (Auftaktseminar):.....	280,- €
Teil 2 (Focusing-Seminare):.....	450,- €

→ Ermäßigungen

Wir bieten verschiedene Ermäßigungsmöglichkeiten an:

Bei Anmeldung bis Ende Februar Frühbucherrabatt:

Teil 1 (Auftaktseminar):	Betrag 255,- €
Teil 2 (Focusing-Seminare):	Betrag 410,- €

Seminargebühren für Vollzeit-Studierende, Rentner:innen, Erwerbslose und Wiederholer:innen der Ausbildungsseminare:

Focusing I und II:.....	350,- €.
-------------------------	----------

Es kann nur ein Rabatt geltend gemacht werden.

→ Organisatorisches

Anmeldung mit dem dafür vorgesehenen Formular über unsere Homepage:

<http://www.focusing-netzwerk.de/index.php/focusingwoche/anmeldung>

Internationaler Bankcode:

ING-DiBa , Frankfurt am Main, IBAN: DE09 5001 0517 5415 5984 00 , Swift/BIC: INGDDEFFXXX

Die Reservierung im Humboldt-Haus nehmen Sie bitte selbst vor.

→ Fragen zu den Seminaren

sowie zur Anerkennung früherer Focusing-Kurse beantwortet Ihnen das Focusing-Büro, Antje Sommer-Schlögl: Tel +49 (0)170 - 4275 837 oder email: buero@focusing-netzwerk.de
Weitere Informationen zu den Seminarleiter:innen und der Veranstaltung finden Sie unter:

www.focusing-netzwerk.de

- Fortbildungspunkte der Psychotherapeutenkammer sind auf Anfrage möglich

→ Das Humboldt-Haus

Internationales Kulturzentrum Achberg e.V. -Humboldt-Haus, D-88147 Essersweiler, Fon. +49 (0)8380 335
Zweibettzimmer mit Vollpension p.P. ab 73,-€, EZ-Zuschlag 18,-€, Zelten mit Duschgelegenheit mit Vollpension 49,-€
Weitere Informationen sowie Privatquartiere in der Umgebung über das Humboldt-Haus:

www.humboldt-haus.de

Anmeldung unter: www.focusing-netzwerk.de